

Согласовано

Директор
 МАОУ Сорокинская СОШ №3
 /О.А. Чухно/



МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	11,96	0,3	12	0,8	113
2004	311	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	15,50	6,3	7,1	41,6	256
2013	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,15	4	3,2	14,9	105
		ЙОГУРТ	115	10,35	2,2	1,6	3,4	54
2006	458	ЯБЛОКИ	250	36,00	0,9	0,9	21	100
Итого				80,96	13,7	24,8	81,7	628
Обед								
2013	149	СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	270/100	43,77	15,3	7	16	191
1996	443	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	77,35	21,5	16,2	23,3	326
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	6,80	0,4	0,1	16,6	92
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				133,32	40	23,8	72,2	763
Всего				214,28	53,7	48,6	153,9	1391

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева